

جستاری میان رشته ای در اصول طراحی اتاق خواب با استناد به آموزه های نقلی مکتب اسلام^۱



محمدمنان رئیسی*

استادیار معماری دانشگاه قم

تاریخ دریافت مقاله: ۹۴/۸/۱۹ تاریخ پذیرش نهایی: ۹۵/۶/۲۴

چکیده:

آموزه های نقلی اسلام (اعم از آیات و روایات) حاوی ظرفیت قابل توجهی برای کاربردی در دانش معماری و زیرشاخه های آن است که تاکنون در مجامع علمی بخش قابل توجهی از این ظرفیت برای پاسخ گویی به مسائل دانش معماری به طور شایسته مورد تدقیق قرار نگرفته است. یکی از این مسائل، عدم تناسب برخی مؤلفه های طراحی اتاق خواب با عملکرد اصلی این اتاق (به عنوان بستر کالبدی استراحت و خواب) در برخی آثار و مصادیق معماری معاصر است. در این مقاله سعی شده است این مسئله با استناد به آیات و روایات مورد ژرفکاوی قرار گیرد و لذا تحلیل های ارائه شده در این پژوهش از نوع تحلیل های میان رشته ای هستند که با دو دانش اصلی (شامل دانش معماری از یک سو و علوم قرآن و حدیث از سوی دیگر) تعامل دارند. هدف از این مهم، استنتاج اصول (اعم از اصول سلبی و ایجابی) برای مؤلفه های کلان طراحی اتاق خواب می باشد که در چهار عنوان اصلی شامل موقعیت، هندسه، نور و رنگ ارائه شده است. روشی که این پژوهش برای استنتاج این اصول از آن بهره گرفته است روشی ترکیبی (مرکب از تحلیل محتوای کیفی و استدلال منطقی) است که با استفاده از این روش و با استناد به آموزه های نقلی مکتب اسلام، نکات نغزی برای هر یک از مولفه های مذکور استنباط شده است که کاربردی آنها می تواند ضمن کمک به عملکرد بهتر اتاق خواب، قدمی رو به جلو در راستای تحقق معماری اصیل اسلامی باشد.

واژه های کلیدی: اتاق خواب، موقعیت، هندسه، نور، رنگ، آموزه های نقلی اسلام.

* m.raeesi@qom.ac.ir

۱. منظور از آموزه های نقلی مکتب اسلام، آموزه های برگرفته از متون اسلامی (شامل آیات و روایات) است. لازم به ذکر است که امروزه در مکتب اسلام، مذاهب فقهی مختلفی تعریف شده است و مذهبی که محور این پژوهش است، مذهب جعفری (موسوم به شیعه اثنی عشری) می باشد. لذا این پژوهش مبتنی بر دو دسته متون اسلامی انجام شده است: آیات قرآن کریم و روایات ائمه شیعه (علیهم السلام).

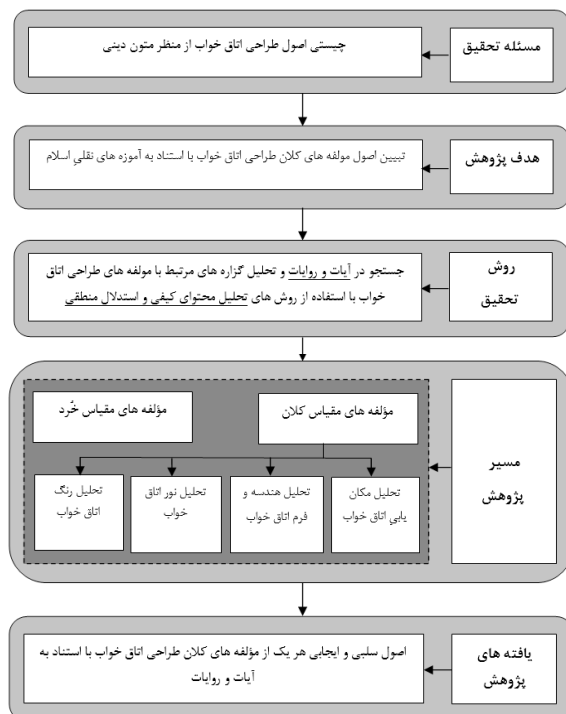
۱- مقدمه

مسکن یکی از مهمترین کاربری‌هایی است که از دیرباز نقش بسیار مهمی در وجوه مختلف نظام معماری و شهرسازی (اعم از وجوه کالبدی و عملکردی) ایفا می‌کرده است. به لحاظ میزان زمانی که انسان در کاربری‌های مختلف سپری می‌نماید هیچ کاربری توان رقابت با مسکن را ندارد و درصد قابل توجهی از عمر آدمی در این کاربری سپری می‌شود. در میان فضاهای مختلف این کاربری نیز (اعم از آشپزخانه، نشیمن، پذیرایی، اتاق خواب، حمام و غیره) اتاق خواب به لحاظ میزان زمانی که انسان در آن سپری می‌کند سهم بسیار بالایی دارد و اغلب انسان‌ها بخش قابل توجهی از عمر خود را در این ریزفضای مسکونی سپری می‌کنند. لذا می‌توان گفت در میان ریزفضاهای مختلف، اتاق خواب بالاترین و یا حداقل یکی از بالاترین اهمیت‌ها را (با توجه به مدت زمانی که انسان به عنوان کاربر فضا در آن سپری می‌کند) دارا می‌باشد تا جایی که به تصریح نوربرگ شولتز، این ریزفضا تمثیلی است برای چرخه حیات کامل زیرا انسان روزش را از آنجا آغاز می‌کند و شب نیز به آنجا ختم می‌نماید (پرتوی ۱۳۸۷، ۱۳۴۴). این امر، اهمیت هرچه بیشتر پژوهش پیرامون اصول و راهکارهای ارتقاء کیفیت فضایی این ریزفضای مسکونی را می‌رساند.

از سوی دیگر، با ژرفکاوی آموزه‌های اصیل اسلامی، نکات مهمی راجع به برخی از فضاهای زیست‌انسان قابل استنباط است که مسکن در این خصوص دارای جایگاهی ویژه می‌باشد؛ به نحوی که متون دست اول دینی (شامل آیات و روایات) اشارات متعددی (اعم از اشارات مکنون یا صریح) به این کاربری و ریزفضاهای مختلف آن (اعم از آشپزخانه و پذیرایی و اتاق خواب و غیره) کرده‌اند لیکن این ظرفیت متون دینی، تا کنون به طور شایسته در مجامع علمی معماری مورد توجه قرار نگرفته است. این پژوهش در صدد است تا با استناد به متون دست اول دینی، از بخشی از ظرفیت آموزه‌های نقلی اسلام برای استنباط اصول طراحی اتاق خواب بهره‌بردار. لذا مسئله‌ای که شاکله اصلی این پژوهش را تشکیل می‌دهد عبارت است از «چستی اصول طراحی اتاق خواب از منظر متون دینی» که از نوع مسائل میان‌رشته‌ای تلقی می‌گردد؛ چراکه حداقل دو دانش اصلی بر وجوه مختلف این مسئله تأثیر

مستقیم دارند؛ از یک سو دانش معماری و از سوی دیگر علوم قرآن و حدیث.

از آنجا که پرداختن عمیق به همه زوایای این مسئله در یک مقاله محدود میسر نمی‌باشد در این پژوهش به چهار مورد از مهمترین مؤلفه‌های طراحی این فضا (شامل موقعیت یا مکان یابی، هندسه و فرم، نور و رنگ) پرداخته می‌شود. دلیل دیگری که سبب شده است این مقاله صرفاً به این چهار مؤلفه بپردازد این است که مؤلفه‌های طراحی هر ریزفضا را می‌توان در دو مقیاس اصلی دسته‌بندی نمود. مقیاس اول (مقیاس کلان طراحی) حاوی مؤلفه‌های کلان طراحی آن فضا است که طی این مقیاس، شاکله کلی کالبدی و در واقع حجم و فرم آن ریزفضا به همراه کلیاتی نظیر نور و رنگ آن مشخص می‌شود ولی در این مقیاس به جزئیات طراحی ورود نمی‌شود و مسائل مربوط به این جزئیات (نظیر آرایه‌ها و مبلمان و غیره) در مرحله بعد (مقیاس خرد طراحی) مشخص خواهد شد. بر این اساس، طی این پژوهش به مؤلفه‌های کلان طراحی اتاق خواب پرداخته می‌شود و بررسی جزئیات طراحی نظیر تزئینات و آرایه‌های اتاق و چگونگی قرارگیری مبلمان در اتاق به پژوهش آتی موقوف می‌گردد. نمودار شماره ۱، ساختار کلی این پژوهش را به اجمال نمایش می‌دهد.



۲- پیشینه تحقیق

در خصوص طراحی اتاق خواب، مطالب بسیاری تاکنون ارائه شده است اما اغلب آنها ارتباط مؤثری با رویکرد حاکم بر این پژوهش ندارند زیرا اولاً اغلب این مطالب صرفاً متمرکز بر موضوع دکوراسیون داخلی اتاق خواب هستند - که ناظر بر مقیاس دوم یا مقیاس خرد طراحی است و به موضوعات فرادست در مقیاس کلان طراحی نظیر مکان یابی یا فرم کالبدی اتاق توجهی ندارند- و ثانیاً هیچ یک از آنها به این موضوع از منظر متون دست اول دینی (مبتنی بر آیات و روایات) ورود نکرده اند. البته در خصوص مسکن (به طور عام و نه ریزفضاهای مسکونی مانند اتاق خواب) تاکنون چندین پژوهش از منظر اسلامی انجام شده است که از مهمترین آنها می توان به کتاب «درآمدی بر هویت اسلامی در معماری و شهرسازی» تألیف عبدالحمید نقره کار اشاره نمود. ایشان در بخش هایی از این کتاب به مؤلفه های مختلف مسکن نظیر هندسه و آرایه ها و عملکرد و غیره از منظر اسلامی پرداخته است (نقره کار ۱۳۸۷).

محمد نقی زاده نیز در خصوص مسکن مطلوب اسلامی پژوهش های قابل توجهی انجام داده است. ایشان در مقاله ای با عنوان «مسکن ایرانی، مبانی نظری تا جلوه های عینی در گذشته و حال» به معرفی برخی ویژگی های مسکن در متون اسلامی (نظیر امنیت، آرامش و غیره) و تطبیق آنها بر وضعیت معاصر مسکن ایرانی پرداخته است (نقی زاده ۱۳۹۲، ۶۷-۴۷) و در فصل نهم یکی دیگر از آثار خود با عنوان «شهر و معماری اسلامی، تجلیات و عینیات» به موضوع چگونگی تدوین مبانی نظری طراحی مسکن با توجه به آموزه های اسلامی پرداخته است (نقی زاده ۱۳۸۷). حمزه نژاد و صدریان نیز در پژوهشی با عنوان «اصول طراحی خانه از منظر اسلامی و الگوهای کاربردی معاصر» به تبیین اصول طراحی مسکن از منظر متون دینی پرداخته اند و دو دسته اصول سلبی و ایجابی برای این موضوع پیشنهاد کرده اند اما اغلب این اصول با طراحی اتاق خواب ارتباط مؤثری ندارند (حمزه نژاد و صدریان ۱۳۹۳، ۷۶-۵۸).

محققان دیگری نظیر هشام مرتضی، سلیم حکیم، بمانیان، وثیق و غیره نیز به اصول مختلف معماری مسکن از منظر

اسلامی (شامل هویت، حریم و محرمیت، نفی اشراف بصری و غیره) پرداخته اند (وثیق و همکاران ۱۳۸۸، Hakim ۱۹۸۶، Mortada ۲۰۰۳). اما وجه تمایز این مقاله و در واقع بداعت پژوهش حاضر در این است که پژوهش های فوق الذکر به مسکن اسلامی به طور عام پرداخته اند و هیچ یک از آنها بر طراحی اتاق خواب (به عنوان یکی از مهمترین ریزفضاهای مسکونی) متمرکز نشده اند و اغلب به ارائه اصول یا راهکارهای عام طراحی مسکن پرداخته اند. در این پژوهش سعی شده است با استناد به آموزه های نقلی مکتب اسلام به این خلا پرداخته شود و برای مؤلفه های کلان طراحی اتاق خواب، اصولی مبتنی بر متون دست اول دینی استنتاج شود.

۳- روش تحقیق

برای پرداختن به مسئله این تحقیق از روشی ترکیبی استفاده شده است. به نحوی که در مقام گردآوری داده ها از روش مطالعات اسنادی-کتابخانه ای استفاده شده است و با جستجوی موضوعی در متون دست اول دینی (شامل آیات و روایات)، گزاره ها و داده هایی که به طور مستقیم یا غیر مستقیم با مسئله این پژوهش ارتباط دارند گزینش شده اند. سپس در مقام تحلیل و داوری داده های حاصل از گزاره های دینی از روش های تحلیل محتوای کیفی و استدلال منطقی استفاده شده است؛ به این ترتیب که ابتدا با روش تحلیل محتوای کیفی، مضامین گزاره ها (اعم از مضامین صریح آیات و روایات و یا مضامین تفسیری و مکنون آنها) استنباط شده است و سپس با استفاده از روش استدلال منطقی، یافته های پژوهش در خصوص هریک از مؤلفه های مورد بحث (شامل موقعیت، هندسه، نور و رنگ) استنتاج شده است.

۴- بحث و تحلیل

همان طور که از وجه تسمیه اتاق خواب بر می آید، مهمترین عملکرد جاری در این ریزفضای مسکونی، استراحت و خواب می باشد و لذا گرچه در سبک زندگی معاصر، فعالیت های دیگری نیز در این فضا انجام می شود (نظیر مطالعه و انجام برخی امور شخصی و غیره) اما مهمترین فعالیت جاری در این ریز فضا، استراحت و خواب است و اغلب به لحاظ زمانی نیز این فعالیت بر سایر فعالیت هایی که ممکن است در این اتاق انجام شود غلبه دارد (این امر را می توان از مقایسه مدت زمانی



به کار پردازید) یقیناً در این (نظام حکیمانه) نشانه‌هایی برای گروهی است که می‌شنوند" (یونس/۶۷). *أَلَمْ يَرَوْا أَنَا جَعَلْنَا اللَّيْلَ لَيْسَكُنُوا فِيهِ: "آیا ندیدند که ما شب را برای آرامش آنها قرار دادیم"* (نمل/۸۶). ویژگی دیگر شب، پوشاننده بودن است که کمک می‌کند پدیدارهای مختلفی که در طول روز در معرض دید هستند، مستور شوند: *وَجَعَلْنَا اللَّيْلَ لِبَاسًا: و شب را (برای شما) پوششی قرار دادیم* (نبأ/۱۰). *وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ لِبَاسًا وَالنَّوْمَ سُبَاتًا وَجَعَلَ النَّهَارَ نُشُورًا: "او کسی است که شب را برای شما پوشش و خواب را مایه آرامش گردانید و روز را زمان برخاستن (و تلاش شما) قرار داد"* (فرقان/۴۷). *وَاللَّيْلُ إِذَا يَغْشَى: "قسم به شب آنگاه که می‌پوشاند"* (لیل/۱). بر اساس ویژگی‌های مذکور، طی بخش‌های بعد، اصول مؤلفه‌های طراحی اتاق خواب (مؤلفه‌های در مقیاس کلان) استنباط می‌شود.

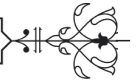
۴-۱- موقعیت اتاق خواب

اولین مرحله در طراحی هر فضا، تعیین موقعیت آن فضا است و پس از آن است که می‌توان به سایر موارد نظیر فرم و رنگ و غیره پرداخت. لذا مکان یابی را بایستی اولین مؤلفه کلان طراحی دانست. همان‌طور که اشاره شد، لازمه طراحی اتاق خواب، توجه به الزامات استراحت و خواب (به عنوان فعالیت اصلی جاری در این فضا) است و توجه به این موضوع در تعیین موقعیت و مکان یابی اتاق خواب حائز اهمیت اساسی است. با توجه به مضمون برخی آیات و روایات، اتاق‌های خواب نباید رو به معابر عمومی مکان یابی شوند. زیرا اولاً همان‌طور که شب (به عنوان بستر زمانی خواب) آرامش بخش است - که آیات آن در بخش قبل ذکر گردید - بستر مکانی خواب نیز بایستی تأمین‌کننده آرامش لازم برای استراحت باشد و تأمین این مهم در فضاهای رو به معابر عمومی (به ویژه در بافت‌های شهری معاصر که مملو از انواع آلودگی‌های صوتی در ساعات مختلف شبانه روز است) کاری بسیار دشوار است. ثانیاً همان‌طور که به تصریح آیات ذکر شده در بخش قبل، بستر زمانی خواب، پوشاننده است و انجام این عملکرد را در ستر و پوشش خود میسر می‌دارد، بستر مکانی خواب نیز بایستی به نحوی باشد که پوشاننده باشد تا موقعیت مستور آن، فرد را از دامنه دید دیگران به کلی محفوظ دارد و این اطمینان را به وی دهد که در فضایی مستور و کاملاً پوشاننده می‌تواند به استراحت

که فرد در طول شبانه روز در اتاق خواب به استراحت و خواب می‌گذراند با مدت زمان سایر فعالیت‌ها نظیر مطالعه و غیره استنتاج نمود، برای مثال در منابع مختلف، آماری از ۲ دقیقه تا حدود ۷۶ دقیقه در روز برای سرانه مطالعه در ایران اعلام شده است که این ارقام قابل مقایسه با مدت زمانی که عموم افراد در طول شبانه روز به خواب و استراحت می‌پردازند نیست). توجه به این مهم در تبیین اصول طراحی اتاق خواب حائز اهمیت بسیار است. زیرا اغلب بین فعالیت‌های مختلف جاری در یک فضا، تعارضاتی بروز می‌یابد که تأمین شرایط متناسب با همه این فعالیت‌ها ممکن نمی‌باشد و لذا بایستی در طراحی فضاهای مختلف، به الزامات عملکرد و فعالیت اصلی جاری در آنها توجه بیشتری شود و بر این اساس در طراحی اتاق خواب، بایستی به الزامات استراحت و خواب مطلوب به عنوان فعالیت غالب این اتاق توجه ویژه شود.

در ادبیات قرآنی، واژه «لیل» - به معنای شب - در آیات مختلف به عنوان بستر زمانی خواب معرفی شده است و خواب مطلوب، خوابی است که در این بستر زمانی انجام شود. طبق تحقیقات انجام شده، خواب روز گرچه خواب عمیقی هم باشد به هیچ وجه اثر خواب شب را ندارد و ترک خواب شبانه، نوعی خستگی مزمن و مفرط را به وجود می‌آورد (ویلسون ۱۳۸۸، ۴۲). لذا لازم است ویژگی‌های شب در ادبیات قرآنی مورد ژرفکاو قرار گیرد تا مشخص شود که شب در کلام الهی حائز چه ویژگی‌هایی است که سبب شده است بستر مناسبی برای استراحت و خواب را فراهم آورد. بدیهی است که چنانچه بتوان این ویژگی‌ها را علاوه بر بستر زمانی، در اتاق خواب (به عنوان بستر مکانی خواب) نیز محقق نمود آنگاه هم بعد زمانی و هم بعد مکانی، تأمین‌کننده شرایط لازم برای استراحت و خواب مطلوب خواهند بود که این امر به عملکرد بهتر اتاق خواب منجر خواهد شد. اولین ویژگی که با استناد به آموزه‌های قرآنی برای شب معرفی می‌گردد آرامش بخش بودن آن است که در آیات مختلف به این مهم تصریح شده است: *وَجَعَلَ اللَّيْلَ سَكَنًا: "و شب را مایه آرامش (سکون) قرار داد"* (انعام/۹۶). *هُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ لِتَسْكُنُوا فِيهِ وَ النَّهَارَ مُبْصِرًا إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَسْمَعُونَ: "اوست کسی که شب را برای شما قرار داد تا در آن آرامش یابید و روز را روشنی بخش گردانید (تا*





بپردازد. لازمه چنین امری، عدم مجاورت با معابر عمومی است زیرا فضاهای مجاور معابر عمومی، غالباً در دامنه دید دیگران قرار دارند (مگر آنکه با روش‌هایی نظیر پوشاندن بازشوها با انواع پرده و غیره دید به داخل اتاق کاملاً مسدود شود که این امر سبب خواهد شد دامنه دید فرد نیز به محیط بیرون مسدود شود و نور و تهویه اتاق نیز به خوبی تأمین نشود). لذا مکان یابی اتاق خواب رو به معابر عمومی با ویژگی مستور بودن این فضا در تقابل است و ترجیحاً بایستی این نوع اتاق‌ها در جبهه پشت به معابر عمومی مکان یابی شوند. در نظام شهرسازی معاصر ایران که الگوی تفکیک زمین غالباً در دو طرف معبر در دو گونه زمین‌های شمالی و زمین‌های جنوبی انجام می‌شود هر پلاک فقط از دو جبهه قابلیت نورگیری دارد؛ جبهه حیاط و جبهه خیابان یا کوچه (مگر آنکه در داخل پلاک هم از نورگیر استفاده شود). این امر سبب تغییر الگوی مسکن معاصر از درونگرا به برونگرا شده است که تنها گزینه ممکن برای تأمین الزامات مکان یابی مطلوب اتاق خواب در چنین الگویی، جبهه حیاط است (البته آن هم به شرطی که حیاط مشاع نباشد زیرا در پلاک‌هایی که حیاط مشاع است - مانند آپارتمان‌ها - نقش حیاط به لحاظ خصوصی یا عمومی بودن تفاوت چندانی با نقش معبر ندارد و در چنین حالتی، مکان یابی اتاق خواب رو به حیاط کمک چندانی به مستور بودن آن نمی‌کند). اما در مسکن سنتی، به دلیل درونگرا بودن الگوی مسکن، مکان یابی اتاق خواب در چهار جبهه مختلف میسر بود و همه این جبهه‌ها، ضمن تأمین نور و تهویه لازم، امکان رعایت ویژگی مستور بودن از معابر عمومی را نیز تأمین می‌کردند.

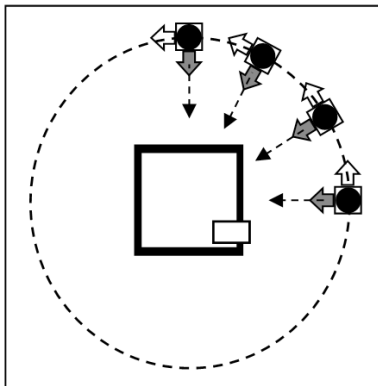
لازم به ذکر است که ویژگی مستور بودن مکان خواب، علاوه بر آیات مربوط به معرفی شب، از برخی روایات نیز قابل استنباط است. امام صادق (ع) در روایتی چنین می‌فرماید: ثَلَاثَةٌ لِلْمُؤْمِنِ فِيهِنَّ رَاحَةٌ دَارٌ وَاسِعَةٌ تُوَارَى عَوْرَتُهُ وَ سُبُوءٌ حَالِهِ مِنَ النَّاسِ وَ امْرَأَةٌ صَالِحَةٌ تُعِينُهُ عَلَى امْرِ الدُّنْيَا وَ الآخِرَةِ وَ ابْنَةٌ أَوْ أُخْتُ يُخْرِجُهَا مِنْ مَنْزِلِهِ بِمَوْتِ أَوْ بِنزْوِيجٍ: سه چیز است که در آنها برای مؤمن آسایش (راحتی) است؛ خانه‌ای وسیع که سائر امور خصوصی او و نقصان‌ها و بدی حالش از چشم مردم باشد و ... (ابن بابویه ۱۳۶۲، ۱۵۹). گرچه این روایت به اتاق خواب تصریح نکرده است اما لازمه آسایش انسان را مستور بودن

امور خصوصی و شخصی وی در منزل دانسته است و از آنجا که در میان فضاهای مختلف منزل، اتاق خواب بیش از همه با این موضوع مناسبت دارد (زیرا خصوصی‌ترین فضای منزل محسوب می‌شود که محل بروز شخصی‌ترین رفتارها است) لذا از مهمترین فضاهایی که این روایت ناظر بر آن است، اتاق خواب می‌باشد. پس طبق متون فوق، اتاق خواب بایستی سائر امور خصوصی فرد باشد تا بتواند آسایش و راحتی وی را تأمین نماید و لذا با توجه به تحلیل ارائه شده در پاراگراف قبل، اولاً نباید رو به معابر عمومی مکان یابی شود تا بتواند نقش سائر بودن برای احوالات شخصی کاربر خود را ایفا نماید و ثانیاً نباید موقعیت آن مجاور فضاهای عمومی تر منزل (نظیر ورودی و پذیرایی) باشد. زیرا این نوع فضاها نیز (گرچه در مقیاسی ضعیف تر از معابر عمومی) مستور بودن اتاق خواب را تضعیف می‌نمایند. ضرورت رعایت این مهم برای اتاق خواب والدین به مراتب بیشتر است. زیرا با توجه به تغییر الگوی مسکن معاصر و کاهش قابل توجه مساحت ابنیه مسکونی، اغلب نمی‌توان حریم لازم میان همه اتاق‌های خواب و فضاهای عمومی تر منزل نظیر پذیرایی و نشیمن را تأمین نمود اما رعایت این حریم برای اتاق خواب والدین ضروری است که این مهم از برخی روایات که توصیه اکید بر عدم آگاهی فرزندان از امور زناشویی والدین دارند استنباط می‌شود.

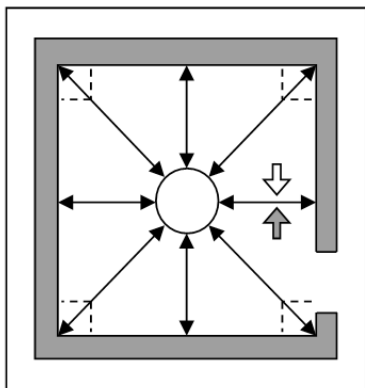
در این خصوص پیامبر اکرم (ص) چنین می‌فرماید: وَ الَّذِي نَفْسِي بِيَدِهِ لَوْ أَنَّ رَجُلًا غَشِيَ امْرَأَتَهُ وَ فِي الْبَيْتِ صَبِيٌّ مُسْتَبْقِظٌ يَرَاهُمَا وَ يَسْمَعُ كَلَامَهُمَا وَ نَفْسَهُمَا مَا أَفْلَحَ أَبَدًا: "قسم به کسی که جانم در دست اوست اگر مردی با همسر خود درون اتاقی که کودک در آنجا حضور دارد نزدیکی کند و کودک به آنها نگاه کند یا صدای صحبت یا تنفس آنها را بشنود هرگز رستگار نمی‌شود" (کلینی ۱۴۰۷ق، جلد ۵، ۵۰۰). ملاحظه می‌شود که طبق این روایت، اتاق خواب والدین بایستی در موقعیتی کاملاً مستور مکان یابی شود و علاوه بر آنکه نباید در مجاورت فضاهای عمومی تر منزل مانند پذیرایی و نشیمن باشد، بایستی میان حوزه فضایی آن و حوزه فضایی سایر اتاق‌های خواب نیز حریم مشخصی وجود داشته باشد تا رعایت الزامات مربوط به روایت فوق میسر باشد. لزوم رعایت این مهم را از برخی آیات قرآن کریم نیز می‌توان استنباط نمود: يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لِيَسْتَأْذِنَكُمْ



را برای این اتاق انتخاب نمود که بستر کالبدی مناسب تری را برای استراحت فرد تأمین نماید. همان طور که در بخش های قبل تشریح شد، از الزامات زمانی و مکانی خواب مطلوب، آرامش بخش بودن و مستور بودن بستر زمانی و مکانی آن است؛ اَلَمْ يَرَوْا اَنَا جَعَلْنَا اللَّيْلَ لَيْسَكُنُوًّا فِيْهِ (نمل/۸۶) وَ جَعَلْنَا اللَّيْلَ لِبَاسًا (نبا/۱۰). به همین ترتیب هندسه ای که برای طراحی اتاق خواب مورد کاربست قرار می گیرد نیز بایستی تأمین کننده ویژگی های آرامش و سکون زایی باشد و حداکثر ستر و پوشش برای اتاق خواب را فراهم آورد تا بستر مکانی خواب نیز همسو با بستر زمانی آن، الزامات متناسب با این عملکرد را به بهترین وجه تأمین نماید.



تصویر ۱: هندسه دایره یکی از مصادیق هندسه های پویا است که محرک قوای بصری انسان بر مدار محیط خود می باشد. این هندسه فقط زمانی می تواند سکون بخش باشد که با تعبیه شیئی ثانوی در مرکز آن، محور دید از محیط دایره به سمت آن شیء معطوف شود (کعبه در مسجدالحرام از نمونه های این امر است). اما مبرهن است که چنین کاری در طرح فضای داخلی اتاق خواب میسر نمی باشد. مأخذ: برگرفته از نقره کار، ۱۳۸۹، ۳۲



تصویر ۲: هندسه مربع به عنوان یکی از مصادیق هندسه های کاملاً ایستا و سکون آفرین، برابند نیروهای هندسی این شکل کاملاً یکدیگر را خنثی می کنند که این امر به سکون بخشی این شکل منتج می شود. مأخذ: برگرفته از نقره کار، ۱۳۸۹، ۳۳

الَّذِينَ مَلَكَتْ اٰیْمَانُكُمْ وَالَّذِينَ لَمْ يَبْلُغُوا الْحُلُمَ مِنْكُمْ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ مِنْ قَبْلِ صَلَاةِ الْفَجْرِ وَحِينَ تَضَعُونَ ثِيَابَكُمْ مِنَ الظَّهِيْرَةِ وَمِنْ بَعْدِ صَلَاةِ الْعِشَاءِ ثَلَاثُ عَوْرَاتٍ لَكُمْ لَيْسَ عَلَيْكُمْ وَلَا عَلَيْهِمْ جُنَاحٌ بَعْدَھُنَّ طَوَافُوْنَ عَلَيْكُمْ بَعْضُكُمْ عَلٰی بَعْضٍ كَذٰلِكَ يُبَيِّنُ اللّٰهُ لَكُمْ الْاٰیَاتِ وَاللّٰهُ عَلِيْمٌ حَكِيْمٌ وَاِذَا بَلَغَ الْاَطْفَالُ مِنْكُمْ الْحُلُمَ فَلْيَسْتَاذِنُوْا كَمَا اسْتَاذَنَ الَّذِيْنَ مِنْ قَبْلِهِمْ كَذٰلِكَ يُبَيِّنُ اللّٰهُ لَكُمْ اٰیَاتِهِ وَاللّٰهُ عَلِيْمٌ حَكِيْمٌ (نور/۵۹-۵۸). طبق این آیات، کودکان غیر ممیز الزاماً در سه وقت برای ورود به اتاق والدین بایستی اجازه بگیرند اما محدود کردن استیذان اطفال در این سه وقت فقط تا قبل از ممیز شدن یا رسیدن به حد بلوغ معتبر است ولی پس از آن که کودک توانایی تمییز مسائل را می یابد بایستی همچون دیگران همواره (و نه فقط در این سه نوبت) برای ورود به اتاق خواب والدین اجازه بگیرد (طباطبایی ۱۴۱۷ق، جلد ۱۵). با توجه به نص آیات فوق، مشخص است که دلیل این استیذان و عدم ورود به اتاق خواب والدین بدون کسب اجازه این است که ممکن است که والدین در حالی باشند که چه بسا میل نداشته باشند دیگران در آن حال ایشان را ببینند (همان). روشن است که این امر، خود ناشی از لزوم رعایت حریم های رفتاری در تعامل والدین و فرزندان است و لذا جهت حفظ حریم های مذکور، اتاق خواب فرزندان و اتاق خواب والدین نباید در مجاورت یکدیگر مکان یابی شوند. با همین استدلال، لزوم رعایت حریم قوی تر بین اتاق خواب والدین با فضاهای عمومی تر منزل (نظیر پذیرایی و نشیمن) استنباط می شود و لذا در مکان یابی ریزفضاهای منزل بایستی حداکثر ستر و حریم به اتاق خواب والدین و پس از آن به سایر اتاق های خواب اختصاص یابد.

۴-۲- هندسه و فرم اتاق خواب

موضوع مهمی که پس از مکان یابی اتاق خواب بایستی به آن پرداخته شود چگونگی فرم و هندسه مطلوب برای این فضا است. به بیان دیگر، پس از آنکه موقعیت اتاق خواب در منزل مشخص شد بایستی به این موضوع پرداخته شود که این موقعیت با استفاده از چه هندسه و کالبدی سامان یابد تا بتواند با عملکرد این اتاق تناظر بیشتری داشته باشد. برای این موضوع نیز همچون موضوع مکان یابی اتاق خواب بایستی به الزامات استراحت و خواب مطلوب دقت شود و هندسه ای



إِلَّا اللَّهُ فَأَوْأَىٰ إِلَى الْكَهْفِ يَنْشُرْ لَكُمْ رَبُّكُمْ مِنْ رَحْمَتِهِ وَيَهَيِّئْ لَكُمْ مِنْ أَمْرِكُمْ مَرْفَقًا (۱۶) وَتَرَى الشَّمْسَ إِذَا طَلَعَتْ تَزَاوَرُ عَنْ كَهْفِهِمْ ذَاتَ الْيَمِينِ وَإِذَا غَرَبَتْ تَقَرُّبُهُمْ ذَاتَ الشَّمَالِ وَهُمْ فِي فَجْوَةٍ مِنْهُ ذَلِكَ مِنْ آيَاتِ اللَّهِ مَنْ يَهْدِ اللَّهُ فَهُوَ الْمُهْتَدِ وَمَنْ يُضِلِلْ فَلَنْ تَجِدَ لَهُ وَلِيًّا مُرْشِدًا (۱۷): "و آنگاه که از مشرکان و آنچه جز خدا می پرستند فاصله گرفتید، به غار پناه برید تا پروردگارتان از رحمت خود برای شما گشایشی قرار دهد و برای شما آسایش و گشایش فراهم می آورد. خورشید را می دیدی که هنگام طلوع به سمت راست غارشان متمایل می شود و چون غروب کند، ایشان را وا می گذارد و به چپ متمایل می شود و آنان در محلی وسیع از آن (غار) قرار داشتند. این از آیات و نشانه های خداست. هرکس را خداوند هدایت کند او هدایت یافته واقعی است و هر که را گمراه کند هرگز برای او یابوری راهنما نخواهی یافت" (کهف/۱۷-۱۶). این آیات نشان می دهد که خواب اصحاب کهف در غار، خوابی آسوده و مطلوب بوده است زیرا اولاً در پایان آیه ۱۶ واژه «مرفقاً» به معنای آسایش و راحتی نشان می دهد که خداوند برای آنان مقدمات خواب آسوده و راحت را فراهم ساخته است و ثانیاً قرائن دیگری در آیات قبل (نظیر آیه ۱۱) وجود دارد که نشان می دهد خواب اصحاب کهف خوابی کاملاً آسوده بوده است: فَضَرَبْنَا عَلَىٰ آذَانِهِمْ فِي الْكَهْفِ سِنِينَ عَدَدًا: "ما (پرده خواب را) در غار بر گوششان زدیم و سالها در خواب فرو رفتند" (کهف/۱۱). موضوع راحتی و مطلوبیت خواب اصحاب کهف یکی از مواردی است که تفسیر المیزان در شرح این آیه به آن تصریح می نماید: "مقصود از زدن بر گوش اشاره به آن رفتاری باشد که زنان هنگام خواباندن بچه های خود انجام می دهند و آن این است که یا با کف دست و یا با سر انگشت به گوش بچه آرام می زنند تا حواسش از همه جا جمع شده در یک جا متمرکز شود و به این وسیله خوابش ببرد پس جمله مذکور کنایه از این است که خدای تعالی با شفقت و مدارا آنان را به خواب برد همانطور که مادر مهربان با بچه شیرخوار خود عمل می کند" (طباطبایی ۱۴۱۷ق، جلد ۱۳). لذا از قرائن موجود در آیات فوق چنین استنباط می شود که خواب اصحاب

لذا اولاً بایستی از هندسه و کالبد کاملاً بسته برای طراحی اتاق خواب استفاده شود زیرا هندسه ها و فرم های باز یا نیمه باز، میزان پوشش و ستر اتاق خواب را تضعیف می نمایند که این موضوع با الزامات خواب و استراحت مطلوب در تقابل است. ثانیاً بایستی برای این اتاق از فرم ها و هندسه های پویا (نظیر هندسه های سیال و مدور و غیره) اجتناب شود و از هندسه های ایستا و سکون آفرین (نظیر مربع یا مستطیل) استفاده شود زیرا در هندسه ها و فرمهای ایستا بر خلاف پویا، علاوه بر آنکه مرکز ثقل و نقطه کانونی مشخصی وجود دارد، وجوه مختلف شکل، وزن هندسی یکدیگر را خنثی می کنند و برابند نیروهای هندسی در جبهه های مقابل یکدیگر به سمت صفر میل می کند که این امر به سکون فضا و بالتبع، سکون و آرامش فردی که در آن فضا مستقر است منتج می شود (رئیزی ۱۳۹۲، ۱۱۱-۱۰۹).

البته برخی از فرم های هندسی پویا نظیر دایره یا بیضی نیز حاوی مرکز ثقل مشخص هستند اما به دلیل حرکت مداوم نیروهای هندسی در محیط آنها، قوای بصری فرد مستقر در این فرم ها دائماً تحریک می شود و حول محیط آنها به گردش در می آید که این امر سکون و آرامش بصری فرد را تضعیف می نماید (تصویر ۱). لذا بهترین نوع هندسه برای اتاق های خواب، هندسه های ایستا نظیر مربع و مستطیل است؛ ضمن آنکه این نوع هندسه ها علاوه بر آنکه با عملکرد اصلی اتاق خواب تطبیق دارند، با اغلب عملکردهای ثانوی این اتاق (نظیر مطالعه) نیز تطبیق دارند زیرا لازمه بسیاری از این عملکردهای ثانوی (نظیر مطالعه، کار با رایانه و غیره) نیز همچون استراحت، سکون و آرامش است که این سکون در فرم ها و هندسه های ایستا به خوبی تأمین می شود (تصویر ۲).

۴-۳- نور اتاق خواب

طبق بررسی نگارنده، در قرآن کریم آیه ای که به طور صریح به نور مطلوب برای محیط خواب اشاره نماید وجود ندارد اما از برخی آیات می توان قرائن مهمی را در این خصوص استنباط نمود که از مهمترین آنها، آیات مربوط به خواب اصحاب کهف است: وَإِذِ اعْتَرَلْتُمُوهُمْ وَمَا يُعْبُدُونَ



بر پایه تحلیل ارائه شده با استناد به آیات فوق، وضعیت نورگیری در اتاق خواب به عنوان مکان استراحت و خواب آسوده بایستی به نحوی باشد که در کل طول روز، امکان بهره‌مندی از نور طبیعی فراهم باشد (به ویژه آنکه در اتاق خواب، فعالیت‌هایی ثانوی همچون مطالعه نیز انجام می‌گیرد) که این امر با جهت‌گیری شمالی-جنوبی اتاق خواب میسر می‌گردد (زیرا مکان‌های با جهت‌گیری شرقی-غربی حداقل نیمی از روز از این نور محروم هستند) و ثانیاً این نور نباید به طور مستقیم فرد را تحت الشعاع قرار دهد زیرا آسودگی خواب وی را - حداقل در خواب‌های روزانه نظیر خواب قیلوله - مختل می‌سازد که از این موضوع، لزوم وسعت اتاق خواب استنباط می‌شود. زیرا اگر در کل طول روز، نور طبیعی وارد اتاق شود ولی اتاق فاقد وسعت کافی باشد آنگاه در امان ماندن از تابش مستقیم آفتاب بسیار دشوار خواهد شد. نکته حائز توجه آن است که طبق تفاسیر مختلف، واقعه اصحاب کهف در نیم کره شمالی اتفاق افتاده است (برخی روم شرقی و برخی اردن را محل این واقعه دانسته‌اند) و لذا تحلیل‌های ذکر شده در خصوص ارجحیت نورگیری مکان خواب از جبهه جنوبی، برای مکان‌هایی صدق می‌نماید که همچون این غار، در نیم کره شمالی واقع شده باشند اما بدیهی است که برای نیم کره جنوبی، موضوع بالعکس است و در این مناطق ترجیحاً بایستی اتاق خواب امکان نورگیری از جبهه شمالی را داشته باشد.

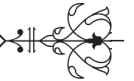
۴-۴- رنگ اتاق خواب

به روال بخش‌های قبل، رنگ‌های متناسب با اتاق خواب بر اساس الزامات اصلی عملکرد غالب این اتاق (استراحت و خواب) و با استناد به آیات و روایات استنتاج می‌شود. با توجه به نوع عملکرد اتاق خواب، بایستی از رنگ‌هایی در این ریزفضا استفاده شود که الزامات اصلی این اتاق (آرامش بخشی و سکون آفرینی) را تأمین نمایند. طبق متون دینی، برخی از مهمترین رنگ‌های متناسب با این الزامات عبارتند از سبز، آبی، زرد و سفید. در خصوص مطلوبیت رنگ سبز در اتاق خواب، شواهد متعددی در متون دینی وجود دارد که نشان می‌دهد این

کهف، خوابی آسوده و مطلوب بوده است و بالتبع، مقدمات این خواب آسوده نیز از طرف خدای متعال برای آنها فراهم بوده است که یکی از این مقدمات، نحوه نورگیری غار و مکانی بوده است که آنها در آن مکان به خواب رفته‌اند زیرا اگر نور، آنها را در طول مدت خواب آزار می‌داد آنگاه قرائن دال بر آسودگی خواب آنها (که در شرح آیات فوق مورد اشاره قرار گرفت) توجیهی نداشت.

پس تا اینجا مشخص شد که نورگیری مکان و غاری که آنها در آن به خواب رفته بوده‌اند مزاحمتی برای خواب مطلوب آنها ایجاد نمی‌کرده است. اما در خصوص نحوه نورگیری این مکان، نکات نغزی را می‌توان از عبارت «و تَرَى الشَّمْسَ إِذَا طَلَعَتْ تَرَاوُرَ عَن كَهْفِهِمْ ذَاتَ الْيَمِينِ وَإِذَا غَرَبَتْ تَقَرُّضُهُمْ ذَاتَ الشَّمَالِ» در آیه ۱۷ استنباط نمود. "خدای سبحان با همین بیان کوتاه این معانی را فهمانده که اولاً غار اصحاب کهف شرقی و غربی قرار نگرفته بوده که از شعاع آفتاب فقط یک وعده، یا صبح و یا بعد از ظهر استفاده کند، بلکه ساختمانش قطبی (شمالی-جنوبی) بوده، یعنی درب غار به طرف قطب جنوبی بوده که هم در هنگام طلوع و هم در هنگام غروب شعاع آفتاب به داخل آن می‌تابیده و ثانیاً آفتاب به خود آنان نمی‌تابیده، چون از در غار دور بودند و در فضای وسیع غار قرار داشتند. خداوند به این وسیله ایشان را از حرارت آفتاب و دگرگون شدن رنگ و رویشان و پوسیدن لباسهایشان حفظ فرموده و ثالثاً در خواب خود راحت بوده‌اند" (طباطبائی، همان). لذا با استناد به آیات فوق چنین استنباط می‌شود که اولاً نور مکان خواب بایستی به نحوی باشد که مزاحمتی برای خواب مطلوب و آسوده ایجاد ننماید و ثانیاً برای تأمین نور مطلوب در مکان خواب آسوده، بایستی نورگیری محل به نحوی باشد که هم در صبح و هم در عصر، امکان بهره‌مندی از نور مستقیم فراهم باشد اما در عین حال، این نور نباید به طور مستقیم به فرد بتابد زیرا تابش مستقیم با الزامات خواب آسوده و راحت در تقابل است؛ عدم تابش مستقیم را می‌توان از عبارت «وَهُمْ فِي فَجْوَةٍ مِنْهُ» در آیه ۱۷ نیز استنباط نمود که دال بر وسعت آن مکان و دور بودن آنها از تابش مستقیم آفتاب است.





دریا محل تأمل و تعمق است به ویژه آنکه دریا از مصادیق موجود در طبیعت است که قابلیت آرامش بخشی قابل توجهی دارد. ضمن آنکه طبق بسیاری از پژوهش های انجام شده رنگ آبی رنگی سکون بخش است (میرصانع، همان؛ لوشر ۱۳۸۱) و مغز انسان با دریافت سیگنال های رنگ آبی ماده ای ترشح می کند که آرامش بخش است؛ فشار خون، نبض و تنفس در اثر این رنگ کاهش می یابد و در عین حال بدن، تجدید قوا کرده و نیرو می گیرد (لوشر، همان) که این ویژگی ها دقیقاً بر الزامات استراحت و خواب مطلوب تطبیق دارد.

رنگ زرد نیز از رنگ هایی است که به سبب قابلیت فرح بخشی، کاربست آن همسو با الزامات خواب مطلوب است. این قابلیت رنگ زرد را می توان از آیات مربوط به داستان حضرت موسی (ع) و قوم بنی اسرائیل استنباط نمود که طبق این آیات، خداوند برای یافتن قاتل فردی از قوم یهود دستور داد تا گاوی زرد رنگ که پیر نباشد را قربانی کنند: *قَالُوا ادْعُ لَنَا رَبَّكَ يُبَيِّنْ لَنَا مَا لُونَهَا قَالَ إِنَّهُ يَقُولُ إِنَّهَا بَقَرَةٌ صَفْرَاءُ فَاقْعِ لُونَهَا تَسْرُ النَّاطِرِينَ*: "گفتند از پروردگارت بخواه که برای ما توضیح دهد رنگش چگونه باشد؟ گفت خدا می گوید گاوی است زرد و رنگش روشن که بینندگان را شاد می کند" (بقره/۶۹). در برخی روایات از جمله این روایت نقل شده از امام علی (ع) نیز به ویژگی فرح بخشی این رنگ تصریح شده است: کسی که کفش زرد بپوشد غم او کم می شود به خاطر قول خداوند که فرموده است *تَسْرُ النَّاطِرِينَ* (قمی مشهدی ۱۳۶۸، ۴۰). لذا به تصریح متون دینی، این رنگ به دلیل فرح بخشی و تسکین بخش بودن از جمله رنگ هایی است که مناسب کاربست در اتاق خواب می باشد.

یکی دیگر از رنگ های مطلوب برای اتاق خواب، رنگ سفید است که در قرآن کریم نشانه زیبایی و رضایت مندی است تا جایی که در سوره آل عمران چهره بهشتیان با این رنگ توصیف شده است: *يَوْمَ تَبْيَضُّ وُجُوهٌ وَتَسْوَدُّ وُجُوهٌ فَأَمَّا الَّذِينَ اسْوَدَّتْ وُجُوهُهُمْ أَكْفَرْتُمْ بَعْدَ إِيمَانِكُمْ فَذُوقُوا الْعَذَابَ بِمَا كُنْتُمْ تَكْفُرُونَ* *أَمَّا الَّذِينَ ابْيَضَّتْ وُجُوهُهُمْ فَفِي رَحْمَةِ اللَّهِ هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ*: "روزی که چهره هایی سپید و چهره هایی

رنگ برای فضاهایی که لازمه آنها آرامش است ایده آل است؛ در بهشت که محل سکونت جاوید بهشتیان است از این رنگ به وفور استفاده می شود و حتی رنگ لباس و تکیه گاه بهشتیان سبز است: *مُتَّكِنِينَ عَلَى رَفْرَفٍ خُضْرٍ وَ عَبَقَرِيِّ حِسَانٍ*: "بر بالش های سبز و فرش های زیبا تکیه می زنند" (الرحمن/۷۶) از آنجا که بهشت دار قرار و آرامش بهشتیان است بایستی مقدمات تحقق آرامش در همه جزئیات آن (از جمله رنگ) برای بهشتیان فراهم باشد که از این امر چنین استنتاج می شود که از منظر قرآنی، سبز، رنگی آرامش بخش است و گرنه تأکید قرآن بر استفاده گسترده از آن در بهشت توجیهی نداشت. از دیگر ویژگی های این رنگ، نشاط و بهجت بخشی است. قرآن کریم ضمن نسبت دادن صفت بهجت بخشی به درختان سبز رنگ چنین می فرماید: *أَمْنَ خَلَقَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَأَنْزَلَ لَكُمْ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَنْبَتْنَا بِهِ حَدَائِقَ ذَاتَ بَهْجَةٍ*: "یا آن کسی که آسمان ها و زمین را آفرید و برای شما آبی از آسمان فرود آورد، آنگاه به وسیله آن بوستان هایی خرم (و پرتراوت) رویانیدیم" (نمل/۶۰). به نظر می رسد که از دلایل این بهجت بخشی، رنگ سبز درختان است؛ چنانچه امام رضا(ع) در تأیید این مدعا می فرماید: نگاه کردن به سبزه سرور آفرین است (صحیفه الإمام رضا ۱۳۷۷، ۷۲). لذا با توجه به آیات فوق، رنگ سبز به دلیل برخورداری از برخی ویژگی های ملازم با اتاق خواب - همچون آرامش بخشی و بهجت بخشی - مناسبی برای استفاده در این اتاق دارد.

رنگ آبی نیز از دیگر رنگ هایی است که طبق آموزه های اسلامی، می توان از آن در اتاق خواب بهره جست. البته در آیات قرآن این رنگ به طور مستقیم مورد اشاره قرار نگرفته است اما در برخی روایات به آثار آن از جمله تأثیر آن بر تقویت چشم اشاره شده است. در این خصوص، امام صادق (ع) خطاب به مفضل چنین می فرماید: "در رنگ آسمان و نیکویی تدبیر در آن اندیشه کن، به درستی که این رنگ سازگارترین رنگ برای چشم و موجب تقویت آن است" (میرصانع ۱۳۹۱، ۱۳۷). پیامبر اکرم (ص) نیز نگاه به دریا را عبادت شمرده اند که در تفسیر این حدیث، رنگ آبی

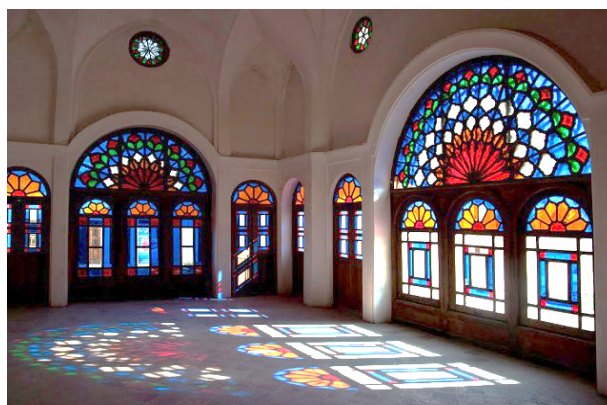
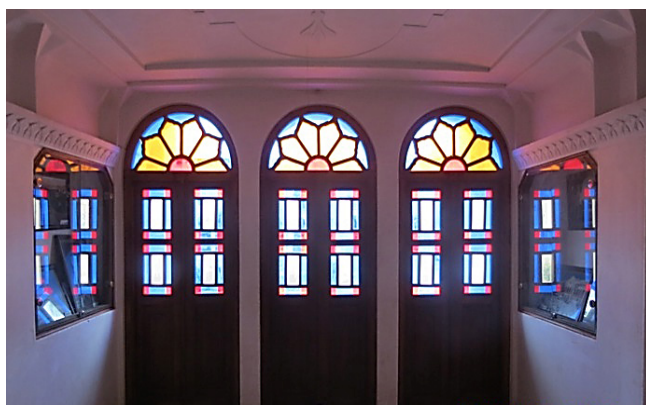


چون چرمی سرخ رنگ و گلگون شود" (الرحمن/۳۷). هر دو این آیات به ویژگی گرم و فعال بودن و محرک بودن این رنگ اشاره دارند. لذا این رنگ با الزامات اتاق خواب به ویژه با تسکین بخش بودن و آرامش بخش بودن آن در تقابل است و استفاده از آن در این اتاق مطلوبیت ندارد. روایات متعددی نیز مبنی بر اجتناب از این رنگ (مگر در شرایط خاص) نقل شده است. برای مثال، امام باقر(ع) این رنگ را رنگ لباس حاکمان سرکش دانسته اند و آنها را اولین گروهی شمرده اند که این رنگ را برای خود انتخاب کرده اند (کلینی ۱۳۷۷، ۴۶۷) و در جایی دیگر آن را رنگ لباس شیطان دانسته اند (ابن بابویه ۱۳۸۵). این روایات نشان دهنده سیاق منفی آموزه های نقلی اسلام به این رنگ (مگر در شرایط خاص) است.

از دیگر رنگ های نامناسب برای اتاق خواب، رنگ سیاه است که طبق آموزه های اسلامی در انسان القاء غم می کند. امام صادق(ع) به حنان بن سدید فرمودند: "تعلمین سیاه غم را به همراه دارد" (ابن بابویه ۱۳۷۲، ۹۹). در روایتی امیر المؤمنین (ع) به اصحابشان فرمودند: "لباس سیاه بر تن نکنید که آن جامه فرعون است" (همان، ۲۵۱) و لذا این رنگ علاوه بر غم، نماد کبر و نخوت نیز می باشد. بدیهی است که هیچ یک از این موارد، تناسبی با خواب و استراحت ندارد و لذا بایستی از این رنگ در اتاق خواب اجتناب شود.

سیاه گردد اما سیاه رویان (به آنان گفته شود) آیا بعد از ایمانتان کفر ورزیدید پس به سزای آنکه کفر می ورزیدید عذاب را بچشید و اما سپید رویان همواره در رحمت خداوند جاویدانند" (آل عمران / ۱۰۷ - ۱۰۶). در برخی روایات از جمله این روایت پیامبر اکرم(ص) به پاک و پاکیزه بودن این رنگ تصریح شده است: جامه سپید بپوشید که پاکتر و پاکیزه تر است (کلینی ۱۳۷۷، ۴۴۵). باتوجه به این مهم که پاکیزگی و آرامش لازم و ملزوم یکدیگرند کاربست این رنگ در اتاق خواب - که بستر آرامش است - مناسب می باشد.

در مقابل رنگ های فوق الذکر، برخی دیگر از رنگ ها نیز طبق آموزه های اسلامی نایستی در اتاق خواب مورد استفاده قرار گیرند که از مهمترین آنها رنگ قرمز است. این رنگ، محرک بسیار نیرومندی است و انرژی بدن تحت تاثیر پرتوهای رنگ قرمز بر هموگلوبین بالا می رود، حرارت بدن بیشتر می شود و گردش خون سریع تر انجام می گیرد (میرصانع، همان). لذا قرمز، رنگی بسیار گرم و فعال و محرک است و به همین دلیل از این رنگ در قرآن به عنوان یکی از شاخص های قیامت استفاده شده است: وَتَكُونُ الْجِبَالُ كَالْعِهْنِ الْمَنْفُوشِ: "و کوهها مانند پشم رنگین حلاجی شده (پشم قرمز) گردد" (القارعه/۵). فَإِذَا أَنْشَقَّتِ السَّمَاءُ فَكَانَتْ وَرْدَةً كَالدَّهَانِ: "و ناگهان آسمان بشکافد و



تصاویر ۳ و ۴: تمایز نور و رنگ در تصویر سمت راست (تالار در خانه طباطبایی های کاشان) با تصویر چپ (سه دری در همین خانه). در سه دری نورگیری فقط از جبهه جنوبی انجام شده است اما در تالار از جبهه های شرقی و غربی نیز نورگیری انجام شده است. مقایسه رنگ های این دو فضا نیز قابل تأمل است. در ارسی های تالار از رنگ های محرک مانند قرمز به وفور استفاده شده است اما در سه دری، غلبه با رنگ های سکون آفرین و فرح بخش نظیر سفید و آبی و زرد است که این ویژگی ها کاملاً با آنچه که از متون دینی استنباط شد تطبیق دارد.
مأخذ: برگرفته از پایگاه رسمی سازمان میراث فرهنگی استان اصفهان (www.isfahancht.ir)





در این پژوهش ارائه شده است. طی این جدول در ستون اصول سلبی، نیایدها و در ستون اصول ایجابی بایددهای طراحی اتاق خواب به شرح زیر تبیین شده است. البته همان طور که در مقدمه مقاله اشاره شد، این پژوهش صرفاً به اصول مربوط به مؤلفه های کلان پرداخته است و اصول مؤلفه های خرد طراحی نظیر آرایه ها و تزئینات و مبلمان و غیره در این مقاله و بالتبع در جدول زیر تبیین نشده است و به پژوهش دیگری موقوف می گردد. با توجه به آنکه اصول ارائه شده در این جدول، حاصل تحلیل متون دینی و منتج از آیات و روایات می باشد، کاربست آنها در معماری معاصر می تواند قدمی رو به جلو در تحقق معماری اصیل اسلامی باشد.

قبل از ارائه بخش نتیجه گیری لازم است به این مهم اشاره شود که بسیاری از مواردی که طی این پژوهش استنباط شد، در اغلب خانه های سنتی ایرانی لحاظ می شده است. برای مثال، رنگ و نور فضاهای موسوم به سه دری - که در اغلب خانه های سنتی به عنوان فضای خصوصی و اتاق خواب مورد استفاده قرار می گرفته است - با نکاتی که از متون دینی استنباط شد تطبیق داشته است و تمایز نحوه نورگیری و رنگ های به کار رفته در سه دری با برخی دیگر از فضاهای عمومی تر خانه های سنتی (نظیر تالار) کاملاً مشهود است (تصاویر ۳ و ۴).

۵- نتیجه گیری

با توجه به مباحث ارائه شده در بخش های قبل، طی جدول شماره ۱ اصول مربوط به مولفه های چهارگانه مورد بحث

جدول شماره ۱: اصول سلبی و ایجابی مؤلفه های کلان طراحی اتاق خواب با استناد به متون دینی - مأخذ: نگارنده

اصول طراحی اتاق های خواب		مؤلفه های کلان طراحی اتاق خواب
اصول ایجابی	اصول سلبی	
مکان یابی در موقعیت های کاملاً آرام و مستور و دارای حریم بصری قوی	عدم مکان یابی رو به معابر عمومی، عدم مکان یابی در مجاورت فضاهای عمومی تر منزل همچون پذیرایی	موقعیت و مکان یابی
لزوم کاربست هندسه ها و فرم های ایستا، متوازن، متعادل و سکون آفرین نظیر مربع و مستطیل	اجتناب از کاربست هندسه ها و فرم های نامتناسب با سکون و آرامش نظیر فرم های پویا و محرک قوای بصری (همچون انواع هندسه های بی شکل و سیال و نامتعادل)	هندسه و فرم
لزوم جهت گیری شمالی - جنوبی برای امکان ورود نور به اتاق در تمام طول روز	اجتناب از نورگیری شرقی - غربی، اجتناب از گسترش دامنه ورود نور به عمق اتاق	نور
لزوم استفاده از رنگ های آرامش بخش و سکون آفرین نظیر سبز و سفید و آبی	پرهیز از رنگ های محرک و سکون زدا نظیر قرمز و مشکی	رنگ

پی نوشت

۱. ای کسانی که ایمان آورده اید بردگان شما و کسانی از شما که به سن بلوغ نرسیده اند، باید در سه وقت [برای ورود به اتاق شما] از شما اجازه بگیرند پیش از نماز صبح، و نیمروز، هنگامی که لباس از تن بیرون می کنید و بعد از نماز عشاء، این سه وقت هنگام (استراحت و خلوت شماست. در غیر این سه وقت، بر شما و آنان گناهی نیست آنان گرد شما می گردند و بعضی بر بعضی دیگر وارد می شوید [با یکدیگر نشست و برخاست دارید]. خداوند این گونه، آیات را برای شما بیان می کند و خداوند دانا و حکیم است و هرگاه کودکان شما به حد بلوغ رسیدند، پس باید [در تمام اوقات برای ورود به اتاق خصوصی والدین] اجازه بگیرند، همانند کسانی که پیش از آنان اجازه می گرفتند. خداوند این گونه آیات خود را برای شما بیان می کند و خداوند دانا و حکیم است.



۲. یکی از این شرایط خاص، رنگ لباس عروس است که در این خصوص مستثنی شده است. امام صادق (ع) در این باره می فرمایند: رنگ قرمز تند مکروه است مگر برای عروس (کلینی ۱۳۷۷).

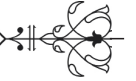
منابع

۱. قرآن کریم.
۲. ابن بابویه، محمد بن علی. ۱۳۶۲. *الخصال*. تصحیح علی اکبر غفاری. قم: انتشارات جامعه مدرسین.
۳. ابن بابویه، محمد. ۱۳۷۲. *من لا یحضره الفقیه*. جلد ۱. تهران: نشر صدوق.
۴. پرتوی، پروین. ۱۳۸۷. *پدیدارشناسی مکان*. تهران: انتشارات فرهنگستان هنر.
۵. حمزه نژاد، مهدی و زهرا صدریان. ۱۳۹۳. اصول طراحی خانه از منظر اسلامی و الگوهای کاربردی معاصر. *مجله پژوهش های معماری اسلامی (۴)*: ۷۶-۵۸.
۶. رئیس، محمدمنان. ۱۳۹۲. "معناشناسی در آثار معماری برای ارتقاء معماری مساجد؛ پژوهش موردی: معنایپردازی (از بُعد هندسی و فضایی) در مساجد معاصر تهران". رساله دکتری معماری. تهران: دانشگاه علم و صنعت ایران.
۷. طباطبائی، سید محمد حسین. ۱۴۱۷. *المیزان*. قم: دفتر انتشارات اسلامی.
۸. علی ابن موسی (ع). ۱۳۷۷. *صحیفه الإمام الرضا علیه السلام*. ترجمه علاءالدین حجازی. مشهد مقدس: نشر کنگره جهانی حضرت رضا (ع). قمی مشهدی، محمد بن محمد رضا. ۱۳۶۸. *تفسیر کنز الدقائق و بحر الغرائب*. محقق حسین درگاهی. تهران: سازمان چاپ و انتشارات وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی.
۹. کلینی، محمد بن یعقوب. ۱۴۰۷. *ق. الکافی*. تصحیح علی اکبر غفاری و محمد آخوندی. تهران: دار الکتب الإسلامیة.
۱۰. لوشر، ماکس. ۱۳۸۱. *روانشناسی رنگ ها*. ترجمه ویدا ابی زاده. چاپ هفدهم. تهران: انتشارات درسا.
۱۱. میر صانع، محمدحسین. ۱۳۹۱. بررسی آثار رنگ ها بر روان انسان با تکیه بر قرآن و حدیث. *نشریه حدیث حوزه (۵)*: ۱۵۶-۱۲۸.
۱۲. نقره کار، عبدالحمید. ۱۳۸۷. *درآمدی بر هویت اسلامی در معماری و شهرسازی*. تهران: نشر پیام سیما.
۱۳. نقره کار، عبدالحمید. ۱۳۸۹. "رساله نظریه پردازی: نسبت فرهنگ اسلامی با زیبایی هنر و معماری". نسخه اول. دانشگاه علم و صنعت ایران.
۱۴. نقی زاده، محمد. ۱۳۸۷. *شهر و معماری اسلامی (تجلیات و عینیات)*. اصفهان: نشر مانی.
۱۵. نقی زاده، محمد. ۱۳۹۲. "مسکن ایرانی، مبانی نظری تا جلوه های عینی در گذشته و حال". *نشریه اندیشه معماری (۲)*: ۶۷-۴۷.
۱۶. وثیق، بهزاد و آزاده پشتونی زاده و محمدرضا بمانیان. ۱۳۸۸. مکان و مسکن در اسلام. *مجله پژوهش های میان رشته ای قرآن کریم (۳)*: ۹۳-۱۰۲.
۱۷. ویلسون، پاول. ۱۳۸۸. *یکصد و پنجاه نکته برای خواب راحت*. ترجمه سپیده خلیلی. تهران: انتشارات قدیانی.

References

1. *Holy Quran*.
2. Ali ibn-e Musa (AS). 1998. *Sahifeh-al-emam-al-reza (AS)*. Translated by ala'eddin hejazi. Mashhad: World congress of imam Reza (AS) press.
3. Hakim, Besim Selim. 1986. *Arabic- Islamic cities: building and planning principles*. London: Kegan Paul International.
4. Hamzehnejad, Mahdi and Zahra Sadrian. 2014. Housing design principles of Islam and other contemporary usable patterns. *Journal of research in Islamic architecture (4)*: 58-76.
5. Ibn-e Babewayh, Mohammad. 1983. *Al-khesal. vol 1*. Qom: Teachers society press.
6. Ibn-e Babewayh, Mohammad. 1992. *Man-la-yahzoroh-al-faqih. vol 1*. Qom: Sadough press.
7. Koleyni, Mohammad ibn-e Yaqoob. 1986. *Al-kafi. Vol 2*. Tehran: Darolkotob-al-eslameie.
8. Lusher, Max. 2002. *Colors psychology*. Translated by Vida Abizadeh. 17th edition. Tehran: Dorsa press.
9. Mirsane, Mohammad Hussein. 2012. The effects of colors on the human psyche based on the Quran and Hadith. *Journal of hadith-e howzeh (5)*: 128-156.
10. Mortada, Hisham. 2003. *Traditional Islamic principles of built environment*. London: Routledge.
11. Noghrekar, Abdolhamid. 2008. *An introduction to Islamic identity in architecture and urbanism*. Tehran: Payam-e sima press.
12. Noghrekar, Abdolhamid. 2010. "Treatise of theorizing: The relation between Islamic culture and beauty of art and





- architecture". First edition. Iran university of science and technology.
13. Naqizadeh, Mohammad. 2013. "Iranian housing, the theoretical foundations to objective effects in past and present". *Journal of architecture thought (2)*: 47-67.
 14. Naqizadeh, Mohammad. 2008. *Islamic city and architecture (manifestation and visual)*. Esfahan: Mani press.
 15. Qomi Mashhadi, Mohammad bin Mohammad Reza. 1989. *Interpretation of kanz al-dagha'egh and bahr al-aghara'eb*. Researched by Hussein Dargahi, Tehran: Publications of ministry of culture and Islamic guidance.
 16. Raeisi, Mohammad mannan. 2013. "*Semantics in architectural works for improving mosques designing; case study: meaning-making (from geometric and spatial aspects) in contemporary Tehran mosques*". Ph.d thesis in architecture. Iran University of Science and Technology.
 17. Tabatabaie, Seyed Mohammad Hussein. 1987. *Almizan*. Qom: Islamic publications office.
 18. Vasiq, Behzad and Azadeh Pashtounizadeh and Mohammadreza Bemanian. 2009. Housing and location in Islam, *Journal of interdisciplinary research of Quran (3)*: 93-102.
 19. Wilson, Paul. 2009. *One hundred and fifty points for comfortable sleep*. Translated by Sepideh Khalili. Tehran: Ghadyani press.
 20. Partovi, Parvin. 2008. *The phenomenology of place*. Tehran: Academy of art press.
 21. www.isfahancht.ir.



**An interdisciplinary query on the bedroom design principles referring to narrative teachings of Islam**

Mohammad Mannan Raesi *

Ph.D in Architecture, Assistant Professor, University of Qom

Received: 10/11/2015

Accepted: 14/9/2016

Abstract

The Holy Quran and hadiths as the most important Islamic religious texts have significant capacities in various fields of human knowledge which have been often neglected. Among the issues raised in this religious texts are some of architectural problems. One of these problems is quality of bedroom design. In this article, this problem will be probed by citing verses and hadiths to deduct bedroom design principles. These principles will be presented in four main areas, including location, geometry, light and color.

Search in religious texts is done by using two main sources. To search in the verses, the holy Quran has been used to gather verses which are related to the problem of this article especially verses related to the introduction of night and its features and to explore hadiths, "Jame-al-ahadith" software has been used which contains hundreds of narrative books. After searching the key words related to the bedroom design, those verses and hadiths that allow inference architectural results were analyzed using qualitative content method and finally, the results of this analysis are explained in the presented table in conclusion section of the article.

The most important verses discussed in this article are the verses related to night, because it seems that the bedroom (as sleeping location) and night (as sleeping time), have common features. Some of these verses are as follows: «He splits the sky into dawn. He has ordained the night for rest and the sun, and the moon for reckoning. Such is the ordinance of the Almighty, the Knowing» (Sura 6/ Verse 96); «He it is who has made the night for your rest and the day to see. Surely, in this there are signs for people who listen» (Sura 10/ Verse 67); «Have they not seen how We have made the night for them to rest in and the day to see? Surely, there are signs in this for the nation who believe» (Sura 27/ Verse 86); «It is He who has appointed the night a mantle for you and sleep for a rest. The day He has appointed for rising» (Sura 25/ Verse 47).

In addition to above verses, some other verses like these verses are related with topics such as





location, color and light of bedroom: «Believers, let those your right hand owns and those who have not come of age ask permission of you three times before the dawn prayer, when you put aside your garments, in the heat of noon, and after the night prayer. These are the three occasions of privacy. There is no fault in you or them, apart from these, that they go about you, you are of each other. As such Allah makes plain to you His verses, Allah is the Knower, the Wise. And when children reach the age of puberty, let them ask permission as those before them asked permission. As such Allah makes clear to you His verses. Allah is the Knower, the Wise»(Sura 24/ Verses 58-59); «When you depart from them and from what they worship, other than Allah, seek refuge in the Cave. Allah will extend His Mercy to you and will furnish you with a gentle issue of your affair. You might have seen the rising sun incline towards the right of their Cave, and, as it set go past them on the left, while they stayed within an open space in the Cave. That was one of the signs of Allah. He whom Allah guides is rightly guided; but he whom He leads astray you shall not find for him a guardian to guide him» (Sura 18/ Verses 16-17); «Call on your Lord, < they said, <to make known to us what her color shall be.' <Your Lord says: The cow is yellow, a rich yellow pleasing to the onlookers» (Sura 2/ Verses 69).

In this article, by analyzing the above verses, bedroom design principles are deduced (For position, geometry, color and light of bedroom). Implementation of this article results not only helps to better performance of bedrooms, but also is a step forward towards the achievement to original Islamic architecture.

Keywords: bedroom, position, geometry, light, color, narrative teachings of Islam.

